

8月9日(月・祝) 特別プログラム

OPEN 9:45

	Aスタジオ	プール	
10:00			10:00
10:30	10:15~11:00 ルーシーダットン	10:00~10:45 中級スイム	フリーコース
11:00	渡邊	篠田	
11:30			
12:00			
12:30			
13:00	12:45~13:30 ボディアステップ45	13:00~13:45 水中運動	
13:30	小関	篠田	
14:00	14:00~14:45 ボディアタック45	14:00~14:45 はじめてスイム	
14:30	小関	佐藤	
15:00			15:00
15:30			キッズスイム
16:00			
16:30			
17:00	17:00 閉館		

ご利用時間について ジム 10:00~16:40 ・ プール 10:00~15:00

※ 会員種別に関係なく、ご利用いただけます。

※ 夜のレッスンはお休みとなります。

※ ジム会員の方はジムのみのご利用となります。